

| Lubuskie Centrum Ortopedii | Dzień tygodnia | 20.05.2024 | 21.05.2024 | 22.05.2024 | 23.05.2024 | 24.05.2024 | 25.05.2024 | 26.05.2024 |
|----------------------------|---------------------------------|--|---|---|---|--|--|--|
| | | Poniedziałek | Wtorek | Środa | Czwartek | Piątek | Sobota | Niedziela |
| Śniadanie /II Śniadanie | Dieta podstawowa/cukrzycowa (C) | Zacierka na mleku 200ml 1,3,7 , Chleb balton. 60g 1 , Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex. 20g 7 , Ser żółty 30g 7 , Połędwica drobiowa 30g 1,6,9,10 , Cwikła 100g 9 , Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7 | Kasza manna 200ml 1,7 , Chleb balton. 60g 1 , Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex. 20g 7 , Dżem wiśniowy 50g 12 , / Szynka gotowana ex. 50g 1,6,9,10 (C) , Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7 | Ryż na mleku 200ml 7 , Chleb balton. 60g 1 , Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex. 20g 7 , Ser żółty 30g 7 , Sałatka mięsno-makaronowa 50g 1,3,6,7,9,10 , Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7 | Płatki owsiane na mleku 200ml 1,7 , Chleb balton. 60g 1 , Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex. 20g 7 , Indyk z pasieki 50g 1,6,9,10 , Ser biały z rzodkiewką 30g 7 , Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7 | Makaron na mleku 200ml 1,3,7 , Chleb balton. 60g 1 , Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex. 20g 7 , Pasta z makreli 1,3,7,9,10 , Dżem owocowy 20g/Ser topiony 20g 7 (C) , Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7 | Kasza kukurydziana na mleku 200ml 1,7 , Chleb balton. 60g 1 , Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex. 20g 7 , Pasta mięsna 70g 9 , Sałata 10g, Ogórek 30g 9,10 , Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7 | Płatki jęczmienne na mleku 200ml 1,7 , Chleb balton. 60g 1 , Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex. 20g 7 , Parówka na ciepło 100g 1,6,9,10 , Papryka 50g, Dżem 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7 |
| | Dieta lekkostrawna | Zacierka na mleku 200ml 1,3,7 , Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex. 20g 7 , Ser biały 30g 7 , Połędwica drobiowa 30g, 1,6,9,10 , Buraczki 100g 9 , Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7 | Kasza manna na mleku 200ml 1,7 , Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex. 20g 7 , Dżem wiśniowy 50g, szynka gotowana 40g , Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7 | Ryż na mleku 200ml 7 , Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex. 20g 7 , Połędwica drobiowa 30g 1,6,9,10 , Sałatka mięsno-makaronowa 50g 1,3,6,7,9,10 , Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7 | Płatki owsiane na mleku 200ml 7 , Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex. 20g 7 , Indyk z pasieki 50g 1,6,9,10 , Ser biały 30g 7 , Ogórek zielony 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7 | Makaron na mleku 200ml 1,3,7 , Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex. 20g 7 , Pasta jajeczna 70g 1,3,7,9,10 , Dżem owocowy 20g, Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7 | Kasza kukurydziana na mleku 200ml 1,7 , Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex. 20g 7 , Pasta miesna 70g 9 Sałata 10g, Ogórek zielony 30g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7 | Płatki jęczmienne na mleku 200ml 1,7 , Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex 20g 7 , Parówka na ciepło 100g 1,6,9,10 , Pomidor 50g, Dżem 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7 |
| Obiad | Dieta podstawowa/cukrzycowa (C) | Barszcz biały z jajkiem i ziemniakami 300ml Ziemniaki 200g, Kurczak w sosie bazylowym 150g Surówka z selera i jabłka 150g 9 , Kompot owocowy 300ml | Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300ml 1,7,9 , Gulasz wieprzowy 200g 1,7,9 , Kasza jęczmienna 200g 1 , Surówka z marchewki ze śmietaną 150g 7,9 , Kompot owocowy 300ml | Zupa z groszkiem zielonym 300ml. Pierogi ukraińskie z cebulką 200g Surówka z kapusty pekińskiej 150g 9 , Kompot owocowy 300ml | Zupa wiosenna zabeliana 300ml 1,7,9 , Sos szpinakowy z mięsem drobiowym 150g 1,7,9 , Makaron 150g 1,3/ Makaron pełnoziarnisty 150g 1,3 (C) , g Kompot owocowy 300ml | Krupnik 300ml 1,7,9 , Racuchy w sosie waniliowo-owocowym 200g, Surówka z pomidora w sosie winegret 150g 9 , Kompot owocowy 300ml | Zupa neapolitańska 300ml 1,7,9 , Kotlet mielony 150g 1,3,9 , Ziemniaki 200g, Mizeria 150g 7,9 , Kompot owocowy 300ml | Rosół z makaronem 300ml 1,3,9 , Pałki z kurczaka 2szt 150g 1,3,9 , Ziemniaki 200g, Sałata ze śmietaną 150g 7,9 , Kompot owocowy 300ml |
| | Dieta lekkostrawna | Barszcz biały z ziemniakami 1,7,9 , Kurczak w sosie własnym 200g, Ziemniaki 200g warzywa parowane 150g 9 , Kompot owocowy 300ml | Bulion z zacierką 300ml 1,3,9 , pulpet parowany 150g 1,3,9 , Ziemniaki 200g, Marchewka parowana 150g 9 , Kompot owocowy 300ml | Zupa jarzynowa 300ml, 1,7,9 , Pierogi ukraińskie 200g Brokuł parowany 150g 9 , Kompot owocowy 300ml | Zupa wiosenna 300ml 1,7,9 , Sos szpinakowy z mięsem 150g 1,7,9 , Makaron 150g 1,3 , Kompot owocowy 300ml | Bulion z zacierką 300ml 1,7,9 , Racuchy niskotłuszczowe 150g Dynia parowana 150g 9 , Kompot owocowy 300ml | Bulion z ryżem 300ml 1,9 , kotlet mielony parowany g 1,3,7,9 , Ziemniaki 200g, Mizeria z jogurtem 150g 7,9 , Kompot owocowy 300ml | Rosół z makaronem 300ml 1,3,9 , Pałki z kurczaka 2szt 150g 1,3,9 , Ziemniaki 200g, Sałata z jogurtem 150g 7,9 , Kompot owocowy 300ml |
| Podwieczorek | | Kiwi 1 szt. | Budyń 150ml 1,7 , | Jabłko 1 szt. | Kisiel 150ml 1 | Mandarynka 1 szt. | Sałatka owocowa 150g | Gruszka 1szt |
| Kolacja | Dieta podstawowa/cukrzycowa (C) | Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex. 20g 7 , Kiełbasa z pieca 30g 1,6,9,10 , Sałatka jarzynowa 70g 1,3,7,9 , Papryka 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml | Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex. 20g 7 , Kiełbasa wyborna 60g 1,6,9,10 , Pomidor 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml | Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex. 20g 7 , Kiełbasa krakowska 40g 1,6,9,10 , Ser fromage 30g 7 , Sałata 30g, Herbata 200ml | Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex. 20g 7 , Kapusta z miesem i kiełbasa 150g Herbata 200ml | Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex. 20g 7 , Ser żółty 30g 7 , Połędwica drobiowa 30g 1,6,9,10 , Sałata 10g, Ogórek zielony 50g, Herbata 200ml | Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex. 20g 7 , Szynka krakowska 60g 1,6,9,10 , Pomidor 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml | Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex. 20g 7 , Sałatka mięsna z selerem konserwowym 80g 1,3,7,9,10 , Sałata 10g, Herbata 200ml |
| | Dieta lekkostrawna | Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex. 20g 7 , Szynka drobiowa 60g 1,6,9,10 , Marchewka 50g, Sałata 10g, Herbata 200ml | Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex. 20g 7 , Szynka drobiowa 60g 1,6,9,10 , Pomidor 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml | Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex. 20g 7 , Ser biały 30g 7 , Połędwica drobiowa 30g 1,6,9,10 , Sałaty 10g, Ogórek zielony 30g, Herbata 200ml | Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex. 20g 7 , Kiełbasa na ciepło 100g 1,6,9,10 , Herbata 200ml | Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex. 20g 7 , Ser biały 30g, Połędwica drobiowa 30g 1,6,9,10 , Sałata 10g, Ogórek zielony 50g, Herbata 200ml | Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex. 20g 7 , Szynka drobiowa 60g 1,6,9,10 , Pomidor 30g, Sałata 30g, Herbata 200ml | Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex 20g 7 , Sałatka mięsna z selerem konserwowym 80g 1,3,7,9,10 , Sałata 10g, Herbata 200ml |
| Posilek nocny | | Waffle ryżowe 3szt Woda mineralna 500ml | Smaczek drobiowy 40g 1,6,9,10 , Woda mineralna 500ml | Schab pieczony 40g 1,6,9,10 , Woda mineralna 500ml | Ser żółty 40g 7/ rzodkiewka 20g Woda mineralna 500ml | Twaróg na słodko 40g 7/ Woda mineralna 500ml | Rogal z makiem 150g 1 , Woda mineralna 500ml | Połędwica drobiowa 40g 1,6,9,10 , Woda mineralna 500ml |